

# La boulimie nerveuse



# La boulimie nerveuse

## Qu'est-ce que c'est ?

1

La boulimie consiste en des crises d'absorption massive et compulsive de nourriture



2

Ces crises sont associées à un sentiment de perte de contrôle et sont suivies de comportements compensatoires inappropriés (vomissements provoqués, utilisation de laxatifs)



3

La boulimie impacte l'estime de soi, mais les comportements compensatoires maintiennent généralement un poids stable



4

On parle d'hyperphagie boulimique lorsque les épisodes récurrents de crises de boulimie ne sont pas associés à des comportements compensatoires

# La boulimie nerveuse

## Quels symptômes ?

1

Besoin angoissant de manger, compulsif, non contrôlable (« craving »)



2

Ces crises se déroulent presque toujours en dehors des repas et en cachette

3

Durant la crise, la personne boulimique mange rapidement, sans pouvoir s'arrêter, des quantités importantes d'aliments



4

Le plus souvent, ces aliments ne sont ni cuits, ni préparés et sont le plus souvent hypercaloriques

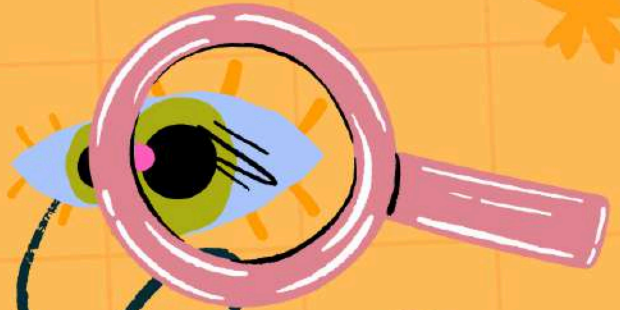


# La boulimie nerveuse

## Quelles solutions ?

1

La prise en charge précoce de la boulimie et de l'hyperphagie boulimique est un facteur déterminant de guérison



2

Elle permet d'éviter la survenue de complications ou une évolution vers la chronicité



3

Tes proches, l'infirmière de ton lycée, ton médecin, des psychologues et diététiciens peuvent t'aider Parles-en eux !



4

De nombreuses thérapies existent afin d'aider à adapter le comportement alimentaire, l'estime de soi, et à inclure l'entourage

